

HUBUNGAN ASUPAN GIZI DARI MAKAN PAGI DAN MAKAN SIANG DENGAN STATUS GIZI DAN KESEGERAN JASMANI PADA ANAK SEKOLAH DASAR NEGERI TEMBALANG SEMARANG TAHUN 2012

MULINATUS SAADAH -- E2A008190

(2012 - Skripsi)

Kesehatan jasmani yang optimal dapat diperoleh dengan olahraga yang sesuai serta gizi yang cukup dan seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Makanan yang tidak cukup mengandung zat gizi, akan mempengaruhi penampilan seseorang sehingga menjadi tidak menarik. Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan tingkat kesehatan jasmani pada anak sekolah dasar di SD Negeri Tembalang Kecamatan Tembalang Kabupaten Semarang. Jenis penelitian deskriptif dengan metode survey dan pendekatan *cross sectional*, dengan menggunakan metode *Harvard Step Test* untuk mengukur tingkat kesehatan jasmani. Populasi dalam penelitian ini adalah anak kelas IV dan V di SD Negeri Tembalang Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *simple random sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 44 responden yang berumur 9 sampai 11 tahun. Pengolahan data menggunakan bantuan program *SPSS versi 16.0 for windows*, pengolahan data dilakukan dengan analisis deskriptif dan analisis bivariat menggunakan uji statistik *Kolmogorof Smirnov*, yaitu uji *Shapiro-Wilks* karena jumlah sampel yang digunakan adalah 44 kurang dari 50 responden. Dari hasil penelitian menunjukkan ada hubungan status gizi dengan kesehatan jasmani dengan nilai signifikansi sebesar 0,010 ($p=0,010$) dari analisis hubungan tersebut ($p<0,05$). Disimpulkan bahwa ada hubungan status gizi dengan kesehatan jasmani pada anak. Sebagian besar anak berstatus gizi normal sebanyak 26% dan status gizi yang tidak normal sebanyak 18%, dengan median -1,75 dan standar deviasi 1,63

Kata Kunci: Kesehatan Jasmani, Status Gizi, Asupan Gizi Anak SD, Makan Pagi, Makan Siang